

Artigo Original

ATLETISMO NO CONTEXTO RURAL: UMA ANÁLISE DOS JOGOS COMPETITIVOS DE ARROIO DO TIGRE

ATHLETICS IN THE RURAL CONTEXT: AN ANALYSIS OF COMPETITIVE GAMES OF ARROIO DO TIGRE

Iora JA, Rios KR, da Rosa RS, de Melo RC, Lemos LFC.
Atletismo no contexto rural: uma análise dos jogos competitivos
de Arroio do Tigre. R. Perspect. Ci. e Saúde 2018;3(1): 20-41.

Resumo: As origens do esporte atletismo se confundem com as necessidades do homem primitivo ao recorrer a atos de ataque e defesa, os quais implicavam nos gestos de correr, saltar e lançar. Através da técnica de pesquisa exploratória, este estudo analisa as provas do atletismo em um evento esportivo da região central do Rio Grande do Sul (RS). Os resultados apresentam intervenções a partir das normas regulamentares de cada prova realizada, como também, contribuições de intervenção técnica relacionada à prática orientada para a saúde e qualidade de vida. Em geral há um distanciamento entre o modo que são realizadas as provas do atletismo nas Olimpíadas Rurais de Arroio do Tigre, para com o regulamento oficial da Associação Internacional de Federações de Atletismo (IAAF) assim como em relação às ações técnicas dos participantes. Os resultados podem ser utilizados para intervenções em problemáticas de competições amadoras e escolares do atletismo, contribuindo com o desenvolvimento da prática do atletismo enquanto saúde e qualidade vida no contexto investigado.

Palavras-chave: Atletismo; Competição; Contexto Rural.

Abstract: The origins of athletics get confused with the primitive man's needs like attack and defend yourself, that implied in gestures of run, jump and throw. Through the exploratory research technique, the present study analyzes the track and field events on a sporting competition on the center of Rio Grande do Sul (RS). The results shows us interventions from standard rules of each event realized, as also, technical intervention related to practice, looking for health and quality of life. Overall there is a distancing between the way of track and field events are made in the Olimpíadas Rurais de Arroio do Tigre compared to the official rules from the International Association of Athletics Federations (IAAF), as also as the technical actions of the participants. The results can be use for interventions in problematic of amateur and school track and field competitions, contributing to the development of athletics practice while health and quality of life in the investigated context.

Keywords: Athletics; Competition; Rural Context.

Contato: jacobiora07@gmail.com

Jacob Alfredo Iora¹

Kairam Ramos Rios¹

Rodolfo Silva da Rosa²

Rodrigo Constantino de
Melo¹

Luiz Fernando Cuozzo
Lemos¹

¹ Universidade Federal de
Santa Maria - UFSM

² Universidade Federal de
Santa Catarina - UFSC

Recebido: 15/12/2017

Aceito: 02/02/2018

Introdução

Os movimentos instintivos do homem foram se desenvolvendo dando origem ao que hoje se denomina da modalidade esportiva Atletismo, composta de uma série de provas em que se compete por meio de corridas, saltos e lançamentos. Considerado como esporte base por diversos autores^{1,2}, o Atletismo compreende exercícios que, por sua natureza, respondem a atividades instintivas, fundamentais da espécie como correr, lançar objetos e saltar de diferentes formas.

Em relação à prática esportiva, o correr, saltar e lançar são vistos como habilidades físicas de base, presentes em quase todas as modalidades esportivas³. Constituída de atos motores naturais, o atletismo é uma modalidade acessível às populações de diversas idades. Deste modo, trabalhar atletismo significa estimular a prática de um esporte que serve como base para as diversas manifestações da cultura corporal.

Diante das várias contribuições que o atletismo apresenta para o ser humano, nos deparamos com a presença viva desse esporte nos Jogos Rurais do Rio Grande do Sul. Uma das cidades contempladas é a de Arroio do Tigre, que segundo a Associação da Juventude Rural de Arroio do Tigre (AJURATI)⁴, a partir de uma identificação com o esporte, foi sendo concretizada a ideia de realização de um evento com o objetivo de integração da Juventude Rural. Então no ano de 1983 foi realizada a 1º “Olimpíada” Rural de Arroio do Tigre, tornando-se hoje o maior evento esportivo Rural do Rio Grande do Sul (RS).

Anualmente é realizada a Olimpíada Rural de Arroio do Tigre no último final de semana de abril. Nesta edição, a AJURATI firmou parceria com a Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) com a finalidade de organizar as provas do Atletismo, através do PET (Programa de Educação Tutorial) Educação Física – conexão de saberes, composto de quatorze acadêmicos orientados pela tutora do programa.

O evento que contempla diversas modalidades esportivas como futsal, voleibol, atletismo e afins, além de atividades competitivas como cabo de guerra e “serra lenha”. Segundo o Regulamento Geral fornecido pelo site da AJURATI⁴, o esporte atletismo é contemplado nas provas de 100 metros rasos, 800 metros rasos, salto em distância, salto em altura e revezamento 4 x100. Com o intuito de contribuir com o desenvolvimento do atletismo em nível estadual, o grupo “Programa de Educação Tutorial - Educação Física” (PET), juntamente com um profissional de Educação Física que trabalha com o atletismo, deslocou-se à cidade, dirigindo-se ao local onde fora realizada a competição com o intuito de arbitrá-la.

No desenvolvimento da 33ª edição, apresentava-se para a comunidade local como principal problemática, a questão regulamentar das provas presentes no evento. Para a comunidade, outra questão a ser implementada era adequar o espaço físico existente para que as provas contempladas no evento pudessem aproximar-se da forma regulamentar regida pela Confederação Brasileira de Atletismo (CBAt), sem perder as características culturais do evento.

O objetivo geral deste trabalho é esclarecer as normas regulamentares, assim como propor e desenvolver contribuições para intervenções em cada prova atlética contemplada no cronograma da Olimpíada Rural de Arroio do Tigre. Buscamos assim, desenvolver estratégias para melhorar a prática do atletismo na competição estudada, estendendo as indicações apresentadas a eventos esportivos com características semelhantes.

Materiais e Métodos

Este estudo qualitativo utilizou-se da combinação de diferentes técnicas de pesquisa. A técnica bibliográfica, que objetiva o levantamento científico sobre as características técnicas construídas no decorrer da história para o melhor desempenho na execução e a técnica exploratória⁵, a qual trata do conhecimento da realidade que pretende apreender aspectos que envolvem uma determinada situação concreta, neste caso, referente à análise do atletismo da Olimpíada Rural de Arroio do Tigre.

A pesquisa qualitativa ocupa um lugar reconhecido entre as várias possibilidades de estudar os fenômenos que envolvem os seres humanos e suas relações sociais estabelecidas em diversos ambientes⁶. Nela, o pesquisador pode ir a campo buscando captar o fenômeno em estudo, como foi o caso do trabalho realizado na Olimpíada Rural de Arroio do Tigre, em que os registros por meio de filmagens e de anotações serviram de suporte para nossa análise.

O desenvolvimento da pesquisa bibliográfica ocorre a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos, o qual é permitido ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais amplos em comparação aos que poderiam ser pesquisados diretamente⁷. Parte dos estudos exploratórios podem ser definidos como pesquisas bibliográficas, encaixando-se na metodologia do presente estudo, pois com a base científica de livros e artigos científicos que sustentam as ideias apresentadas, procura-se desenvolver, esclarecer e oferecer propostas para subsidiar mudanças ou pelo menos instigar a propagação de conhecimento para o desenvolvimento das provas atléticas na competição.

Foram utilizados como material de análise: filmagens, anotações e observações realizadas pelos pesquisadores no município de Arroio do Tigre. Este método de análise foi utilizado nas provas de corrida de velocidade, corrida de revezamento, 800 metros, salto em altura e salto em distância.

Para elaboração dos resultados, utilizou-se a técnica de pesquisa descritiva com o objetivo de descrição das características de determinada população ou fenômeno estabelecendo assim, relações entre problemática e objetivo. Foi analisado e descrito o evento Olimpíada Rural de Arroio do Tigre a partir do material coletado, relacionando o atletismo regulamentar com a prática apresentada na competição.

Apresentando a comunidade local e as olimpíadas rurais

Se faz necessário valorizar a permanência do jovem no campo, fornecendo condições materiais, espaços de sociabilidade e atividades culturais as quais fortaleçam a permanência do jovem rural no campo⁸. Essas ações são necessárias para inibir o aumento do êxodo rural, o qual constituiu sob a perspectiva dos movimentos migratórios das populações rurais rumo a centros urbanos na busca de melhores condições de vida, ao encontro da tecnologia e do desenvolvimento da cultura.

As transformações sociais e culturais através do incremento da maquinaria e da presença da energia elétrica no campo possibilitaram uma maior velocidade do trabalho. A constituição de um tempo maior de “não trabalho” possibilitou a formação de grupos de jovens. Segundo a AJURATI⁴, esses grupos competiam em esportes como: futsal masculino, voleibol masculino e feminino e, no atletismo, nas denominadas “corridas rústicas” nos naipes masculino e feminino.

A AJURATI tem papel importante na permanência, valorização e desenvolvimento do jovem em seu processo de sucessão familiar e permanência no campo⁸. Para isso, os sindicatos e associações têm desenvolvido ações que motivam o jovem a continuar no campo, através de incentivos ao desenvolvimento, sendo o lazer parte integrante nesse processo.

Segundo os próprios jovens, a AJURATI proporciona alternativas de lazer, eventos esportivos e qualidade de vida através de integrações com bailes. Nesse sentido, preferem permanecer no campo pelo autoconsumo, tranquilidade, liberdade e as atividades diversas que desenvolvem. A Associação, em suas relações com o meio, integração das juventudes rurais e suas conquistas, contribue para ser uma das formas de desenvolvimento regional

proporcionando atividades esportivas, educacionais e sociais, tendo como papel importante, evitar o êxodo rural.

Análise e discussão do trabalho de extensão realizado pelo PET/CEFD

Neste momento pretendemos estabelecer uma relação entre algumas características de eventos oficiais do atletismo e o evento “33ª Olimpíada Rural de Arroio do Tigre”. Abordaremos a descrição e características técnicas das provas necessárias e deste modo desenvolvemos contribuições para o evento em questão.

As provas do atletismo da 33ª Olimpíada Rural de Arroio do Tigre foram desenvolvidas no interior de um campo de futebol oficial, acarretando mudanças significativas para algumas provas. Desse modo, foram adaptados espaços necessários para realização e segurança dos atletas.

Em contraponto, nas competições oficiais normatizadas pela Associação Internacional das Federações de Atletismo (IAAF) as provas de corridas do atletismo são realizadas em pista de 400m de extensão, dividida em 9 raias na reta e curva, numeradas de dentro para fora, com largura de 1,22m. Os blocos de partida devem ser usados em todas as corridas até e inclusive 400m (incluindo a primeira etapa dos revezamentos 4x200m e 4x400m) e não deve ser usado para qualquer outra corrida⁹.

Referindo-se aos saltos, nas competições oficiais normatizadas pela IAAF, no salto em altura o comprimento mínimo do corredor será de 15m. A barra transversal deve ser feita de fibra de vidro e seu comprimento total será de 4,00m⁹. Os postes podem ser feitos de qualquer material desde que sejam rígidos e deverão ter suportes para a barra firmemente fixados a eles. A distância entre os postes não deverá ser menor que 4,00m nem maior que 4,04m⁹. É recomendado que a área de queda seja no mínimo de 6m x 4m x 0,7m⁹.

No salto em distância, o comprimento mínimo do corredor, medido a partir da respectiva linha de impulsão será de 40m e onde as condições permitirem, 45m. Ele deve ter uma largura de 1.22m ± 0.1m e deve ser marcada por linhas brancas de 5cm de largura. O local de impulsão deverá ser marcado por uma tábua enterrada no mesmo nível do corredor. A área de queda deve ter a largura mínima de 2,75m e máxima de 3m. Deve ser preenchida com areia e deverá estar nivelada com a tábua de impulsão. A distância entre a linha de impulsão e o final da caixa de areia deverá ser de pelo menos 10m e a linha de impulsão deverá ser colocada entre 1m e 3m da borda mais próxima da área de queda⁹.

A seguir será apresentada uma análise das provas oficiais de pista e campo presentes na Olimpíada Rural de Arroio do Tigre, sendo estas: corrida de velocidade, revezamento de velocidade, 800 metros rasos, salto em distância e salto em altura. As considerações realizadas objetivam apresentar propostas para futuras intervenções na Olimpíada Rural de Arroio do Tigre.

A prova de velocidade

Essa prova é oficialmente realizada em uma reta e raiada do início ao fim. Na realização da prova oficial os atletas são raiados na fase classificatória pela realização de um sorteio, e, na fase final, de acordo aos resultados obtidos na fase anterior, sendo que os atletas com as melhores marcas são dispostos nas raias mais internas.

Devido a natureza rápida da prova, enquanto características antropométricas e morfológicas, o velocista deve possuir uma tipologia longilínea e um metabolismo anaeróbio muito desenvolvido¹⁰. Em relação às capacidades fisiológicas o velocista desenvolve uma percentagem elevadíssima de fibras rápidas, superior a 70%¹¹.

Essa prova se divide nas seguintes fases: Velocidade de reação; Aceleração; Velocidade Máxima e perda de Velocidade¹².

Em relação à primeira fase, a velocidade de reação, diz respeito à capacidade de reação a um sinal no menor tempo possível¹². Nas provas oficiais de velocidade, o início da prova é realizado a partir de três comandos do árbitro.

Esta prova é realizada com o uso de blocos para a saída baixa:

-“Às suas marcas!”: o atleta se posiciona no bloco de partida em 5 apoios (os dois pés, o joelho esquerdo ou direito e as duas mãos atrás da linha).

-“Prontos!”: o corpo levanta-se ligeiramente e o joelho de apoio do atleta deixa o solo, passando a ficar em 4 apoios.

- “Sinal de partida”: nas competições oficiais é disparado um tiro que transmite um sinal e aciona um aparelho sonoro no bloco de cada atleta, mas corriqueiramente se utiliza o objeto chamado “jacaré”. O sinal de partida servirá para o atleta iniciar sua corrida.

Em relação às outras fases da corrida de velocidade, no caso dos 100 metros rasos, a aceleração diz respeito à capacidade de aumento da velocidade que para corredores de bom nível se desenvolve até os 45 metros¹². A fase subsequente, a velocidade máxima, que em atletas treinados é mantida entre os 45 e 70 metros, consiste em permanecer com a velocidade

máxima de prova pelo maior percurso possível. A última fase, a perda de velocidade, tem como característica o inevitável declínio da velocidade¹².

Na análise da olimpíada Rural de Arroio do Tigre faremos considerações a partir das fases da corrida sobre o domínio de gestos técnicos, com a finalidade de proporcionar um ótimo desempenho em relação aos aspectos biomecânicos.

A técnica da corrida exige uma coordenação perfeita entre os membros superiores e inferiores para manter o equilíbrio do centro de gravidade (CG), uma vez que, para que o deslocamento seja eficaz e econômico, o CG deve se manter em uma linha reta sem deslocamentos¹¹. Para isso, há considerações técnicas que devem ser feitas sobre: membros inferiores, tronco e membros superiores.

Na movimentação de membros superiores, o ângulo entre o braço e antebraço deve estar em torno de 85°-90°, aumentando um pouco quando vai atrás, 90° a 120°¹². Estes, movimentar-se-ão no sentido anteroposterior, sendo que na movimentação anterior, ou seja, na flexão do ombro, a mão atingirá a altura dos ombros, podendo ultrapassá-lo um pouco, alcançando a altura da boca. Na movimentação posterior, extensão do ombro, ao estar na posição mais atrasada, a mão atingirá a altura do quadril. Em relação ao tronco, na fase de velocidade máxima a inclinação do tronco ideal é de 8° a 14°¹³ ou basicamente ereto¹⁰.

Em relação aos membros inferiores o movimento é realizado de forma circular, considerando o traçado entre o joelho e o tornozelo¹⁰. Um membro inferior vai a frente na fase de impulso, ocorrendo a elevação do joelho que permite a coxa a ficar aproximadamente paralela ao solo. Ao executar o apoio, o contato dos pés com o solo é realizado com a parte anterior externa, ao mesmo tempo em que o joelho flexiona realizando o “amortecimento”¹⁰. Após a fase de apoio, o atleta inicia o voo realizando a recuperação da perna livre onde o calcanhar tangencia o glúteo¹¹.

Na 33ª Olimpíada Rural de Arroio do Tigre

No evento Olimpíada de Arroio do Tigre, esta prova foi realizada em campo de futebol, não sendo corrida a distância oficial, mas raiada do início ao fim e em reta no sentido horário, diferente do usual. Foram demarcadas 4 raias com largura aproximada de 2 metros, o que pode acarretar problemas como “correr em diagonal”, aumentando assim a distância real percorrida pelo atleta.

Não havia blocos de partida e este fator, combinado com o piso em que foi realizada a prova (gramado) e a não utilização de sapatilhas de corrida, ocasionou o deslize de alguns

atletas na hora da saída, assim como também houve falta de aderência no momento de apoio durante o percurso da corrida.

Deste modo a prova foi realizada utilizando a saída em pé com 2 comandos:

-“Às suas marcas!”: onde os atletas se posicionaram em pé atrás a linha de partida.

-“Sinal de partida”: foi utilizado o objeto “jacaré” com auxílio da cal em pó para visualização dos árbitros do cronômetro.

Na linha de chegada, duas pessoas seguravam uma faixa (clássica em corridas de rua) que servia simbolicamente para identificar o primeiro colocado e, como o válido é quem passa qualquer parte do tronco primeiro, o uso da faixa é dúbio, pois ao mesmo tempo em que a faixa pode estar na altura do peito de um, pode estar na altura do pescoço do outro e do abdômen de outro. Também há a questão do vento, que influencia, principalmente, o centro da faixa, havendo assim uma curva que a desviaria da linha de chegada, prejudicando alguns atletas e favorecendo outros, sendo este mesmo motivo o que acarretou a retirada deste objeto simbólico na chegada das provas de velocidade.

Analisando a execução dos movimentos técnicos das corridas de velocidade da olimpíada rural de Arroio do Tigre, observamos erros típicos na movimentação de membros superiores, inferiores e tronco. Em relação aos membros superiores, podemos destacar como principais erros: oscilação dos membros superiores em conjunto com o movimento de flexão e extensão da articulação do cotovelo, assim como, a movimentação oblíqua ultrapassando a linha média do corpo.

Em relação aos membros inferiores, podemos citar como principais erros: contato dos pés primeiramente com o calcanhar, pouca flexão de quadril do membro de ataque ocasionando pouca elevação do joelho à frente, diminuindo assim, a amplitude da passada. Houve pouca elevação do calcanhar próximo ao glúteo na fase de recuperação, diminuindo a frequência da passada.

Corridas de Revezamento

Esta modalidade exige de todos os participantes dedicação e espírito coletivista, pois é realizada normalmente em grupos de 4 atletas por equipe, sendo que o bastão deve ser passado dentro de uma zona de transmissão de 20 metros de comprimento¹².

As corridas de revezamento podem ser o 4x100m (raiado) e 4x400m (raiado para os primeiros 500 metros), estes sendo os mais conhecidos, havendo ainda os revezamentos “medley” composto pelas distâncias 100m, 200m, 300m, 400m. São utilizadas para as categorias Pré-mirim e Mirins, 4x60m e 4x75m respectivamente. Tanto no 4x100m, quanto

no 4x400m, utiliza-se blocos de partida para a largada, sendo também obedecido os 3 comandos das provas de velocidade.

A passagem do bastão ocorre da mão do transmissor para a mão do receptor dentro de uma zona de 20m, podendo haver uma zona opcional de 10m para aquisição de velocidade no 4x100 metros.

Nos revezamentos há principalmente duas formas de passagem do bastão.

Passagem visual: em que o receptor espera olhando para o seu companheiro e bastão e é utilizada nos revezamentos longos. Normalmente a prova que utiliza esta forma de passagem é a prova de 4x400m.

Passagem não visual: em que é realizada a passagem sem que o receptor esteja olhando para o transmissor. A passagem não visual é realizada com diferentes técnicas, sendo as mais difundidas:

Passagem descendente: em que o movimento ocorre de cima para baixo, apresentando as vantagens de maior distância entre transmissor e receptor e melhor colocação do bastão na mão do receptor, mas a desvantagem do membro superior não realizar o movimento natural da corrida por ocasião da passagem.

Passagem ascendente: em que o movimento ocorre de baixo para cima, apresentando a vantagem do movimento do membro superior ser “mais natural”, mas as desvantagens de que o receptor deverá ajustar a posição do bastão na mão, pois se não, a cada passagem se encurtará o espaço em que o próximo receptor poderá pegar o bastão e, logo, a diminuição de espaço entre o transmissor e o receptor.

Segundo a CBA⁹ é validada e normatizada a passagem de bastão no revezamento 4x100:

“O bastão deve ser passado dentro da zona de passagem. A passagem do bastão começa quando ele é primeiro tocado pelo atleta que o recebe e é completado no momento em que está somente na mão do atleta que o recebe. Em relação à zona de passagem, esta é a única posição do bastão que é decisiva. Passar o bastão fora da zona de passagem resultará em desqualificação” (9 p. 65).

Na 33^a Olimpíada Rural de Arroio do Tigre

No evento Olimpíada de Arroio do Tigre, o revezamento de velocidade, foi realizado no campo de futebol em forma de estafeta. A estafeta pode ser trabalhada em duas colunas

colocadas frente a frente, com o atleta correndo determinada distância e tocando a mão ou passando o bastão para o companheiro que está à frente¹⁴.

Foi utilizado o mesmo percurso corrido na prova de velocidade, não sendo então corrida a distância oficial. A prova foi raiada do início ao fim, sendo utilizadas as 4 raias de \pm 2 metros da corrida de velocidade. Podemos considerar que esta distância foi um facilitador para a realização das passagens de bastão que foram realizadas frente a frente.

A saída foi feita no mesmo local de chegada da prova de velocidade, sendo posicionados no local de saída os 1º e 3º corredores e do lado oposto os 2º e 4º corredores, contendo árbitros nos dois lados para validar ou anular as passagens. Basicamente, a prova consistia na passagem do bastão de um lado para o outro, até que o 4º corredor cruzasse a linha de chegada, onde havia uma faixa simbólica que seria rompida pelo primeiro lugar.

Não foi instruído pelos árbitros como deveriam ser realizadas as passagens de bastão, apenas que não o mesmo não poderia ser lançado, devendo assim, entregar em mãos ao companheiro. Também foram passadas instruções como: não ultrapassar a linha demarcada com o pé para a saída sem ter recebido o bastão em mãos e caso alguém derrubasse o bastão durante a corrida, o mesmo poderia recolhê-lo de volta, inclusive em outra raia, desde que não prejudicasse o adversário ao lado.

Como citado acima na regra 170 item 7, nos revezamentos normatizados é válido quando o bastão é passado dentro da zona de passagem. Já na Olimpíada de Arroio do Tigre, a posição do bastão não era decisiva, mas sim não ultrapassar a linha demarcada com o pé para a saída sem ter recebido o bastão em mãos.

A Sériacão nas provas de velocidade

Para as provas de 100 a 400m, e revezamento até e inclusive 4x400m, a distribuição será baseada nas colocações e tempos de cada série anterior. Para esse fim, os atletas são ranqueados tendo por finalidade competir na série seguinte nas raias internas⁹.

- O vencedor da série mais rápida.
- O vencedor da segunda série mais rápida.
- O vencedor da terceira série mais rápida, etc.
- O segundo colocado mais rápido.
- O próximo segundo colocado mais rápido.
- O terceiro segundo colocado mais rápido, etc.

(Concluindo com)

- O primeiro qualificado por tempo.
- O segundo qualificado por tempo.
- O terceiro qualificado por tempo, etc.

Para a realização da corrida e revezamento de velocidade da Olimpíada Rural de Arroio do Tigre, as súmulas estavam pré-estabelecidas. Considerando o total de 17 competidores, a fase classificatória foi composta de 3 baterias com 4 atletas e uma bateria com 5 atletas, obedecendo o seguinte critério:

- Estava preestabelecido um atleta “mais rápido” por série, e este era definido de acordo com o resultado da olimpíada anterior. Esta seriação tem por intuito qualificar os melhores atletas para a série final, sem prejudicar os atletas mais rápidos.

800 metros rasos

A execução da prova consiste em realizar duas voltas completas na pista de oficial de atletismo, sendo parcialmente raiada, ou seja, a primeira parte é realizada raiada (100m iniciais) e a parte restante da prova é realizada em raia livre. A saída é a realizada em pé com 2 comandos:

-“Às suas marcas!”: onde o atleta se posiciona em pé atrás a linha de partida.

-“Sinal de partida”: nas competições oficiais é disparado um tiro que transmite um sinal que aciona um aparelho sonoro no bloco de cada atleta cotidianamente se utiliza o objeto chamado “jacaré”. O sinal de partida servirá para o atleta iniciar sua corrida. Será considerado vencedor o atleta que passar com qualquer parte do tronco primeiro sobre a linha de chegada demarcada no chão.

Nas provas de médias e longas distâncias, altura e peso são fundamentalmente importantes, de forma que os dois tendem a diminuir com o aumento da distância da prova (15). A altura média para as corridas nos homens se situa próximo a 1,75m e nas mulheres próximo a 1,65m, enquanto que o peso se situa próximo a 10-15kg abaixo dos centímetros que superam o metro.

Estes corredores, realizam um esforço que exige um consumo de oxigênio elevado, devem ser capazes de manter a uma determinada velocidade o seu menor consumo possível. Neste sentido, para desenvolver as máximas capacidades de rendimento na prova, o tempo e a quantidade de treinamento do atleta estão relacionados com a distância a ser percorrida.

Na técnica de meio fundo e fundo, a frequência e amplitude da passada são menores à medida que diminui o ritmo da corrida¹⁰. A ação de apoio do pé é realizada com a planta-metatarso, diferenciando-se assim da corrida de velocidade que é realizada com a parte lateral

dianteira. A característica da técnica está relacionada também à capacidade de correr uma distância longa com o mínimo gasto de energia, este estão também relacionados com as características antropométricas dos atletas, como o comprimento dos membros inferiores, que determinará a relação frequência-amplitude¹⁵.

Na 33ª Olimpíada Rural de Arroio do Tigre

No evento Olimpíada de Arroio do Tigre, a corrida foi realizada em campo de futebol, sendo realizada três voltas no contorno interno do campo em que o limite mais interno da corrida foi definida pelas balizas colocadas a 10 metros da linha de fundo e a 8 metros da linha lateral equivalendo-se ao percurso de aproximadamente 800 metros. Foram distribuídos 4 grupos de pessoas, próximos ao local com o intuito de orientar os atletas a realizarem o contorno por trás.

A chegada foi realizada após ser completada a 3º volta onde foi efetuada a saída, sendo colocada uma espécie de “funil” feito por estacas fixadas próximo ao meio do campo, que gerava acúmulo de atletas devido a extremidade final ser muito estreita. Havia na extremidade menor do túnel a faixa simbólica a ser rompida pelo vencedor.

Salto em Distância

A prova de Salto em Distância consta de uma auto-projeção do corpo ao final de uma corrida, objetivando alcançar a maior distância horizontal possível¹⁶. Há um corredor de 40m a 45m, onde o atleta realiza sua corrida de aproximação e impulsão na tábua, após finaliza-se em uma caixa de areia que possui 9m de comprimento.

Dentre as especialidades de um saltador em distância, está a de ser um velocista de curtas distâncias. Devem apresentar também força explosiva nos membros inferiores, com coordenação para realizar uma série de movimentos técnicos. Como exemplo de um velocista renomado podemos citar Carl Lewis, que venceu as provas de 100m, 200m, salto em distância e revezamento 4x100m em uma olimpíada.

Podemos dividir o salto em distância, em 4 fases: corrida de aproximação, impulsão, vôo e queda¹⁶.

A Corrida de aproximação: a importância dessa fase chega a 50% do rendimento total do salto. Seu principal objetivo é obter a velocidade desejada em cada momento do desenvolvimento da corrida, alcançando no momento da impulsão a velocidade ótima para o salto.

A fase de Impulsão: Esta fase é responsável por 35% a 40% do salto. A impulsão deve modificar a trajetória linear do centro de gravidade do saltador, em parábola, através de ações mecânicas que o colocam na altura de saída, ângulo e velocidade de saída ideais para a fase posterior, o voo.

Voo e Queda: O percentual de rendimento do voo está associado também a fase da queda pois ambas acontecem subsequentemente. Estas fases são responsáveis pelo rendimento de 10 a 15%, sendo que os movimentos tem por finalidade manter o equilíbrio no salto, preparar para o momento de contato com a areia e assim obter um melhor rendimento de seu salto real (oficial, medido) em relação à trajetória de seu C.G (salto virtual)¹⁶.

A queda começa com o contato dos pés no fosso e termina com a recuperação do equilíbrio do saltador e permite o amortecimento da velocidade na queda do mesmo¹⁶. A forma de queda mais utilizada é a realizada com os calcanhares tocando o solo simultânea e simetricamente, com flexão das articulações dos tornozelos, joelhos e quadris para evitar lesões. Os braços, ao serem lançados pela lateral do corpo para a frente, auxiliam a evitar a queda para trás o que traria prejuízo para a marca.

Na 33ª Olimpíada Rural de Arroio do Tigre

No evento Olimpíada de Arroio do Tigre, a corrida de aproximação foi realizada em campo de futebol, sendo livre a distância adotada pelo atleta para adquirir velocidade. Próximo ao local onde foi depositada a areia havia uma tábua para a impulsão, porém não foi utilizada, pois estava “solta” a um nível elevado do solo, podendo assim causar imprecisão no salto e ferimentos aos atletas. Assim, foi sugerida pela arbitragem a utilização da cal para demarcação da linha limite para impulsão (tábua).

Os atletas utilizavam uma distância desproporcional à sua velocidade, causando perda de velocidade para o salto propriamente dito. Outro erro comum, decorrente do fato de não terem uma distância previamente aferida (a “marca”) para chegar com precisão à “tábua”, foi o de encurtar (sapatear) ou alongar suas passadas finais, ocasionando em ambos os casos uma perda importante de velocidade horizontal. A maioria dos atletas executava seu salto antes do local demarcado, possivelmente pela falta de treinamento. Outro problema recorrente foi saltar olhando para a “tábua” pelo receio de queimar o salto.

Na fase de voo, observou-se que os atletas tinham preocupação em olhar para o local de queda já logo após a impulsão, o que os levou a encurtar a distância do salto que poderia

ser alcançada pela trajetória do centro de gravidade devido ao movimento de rotação gerada por esta ação. Em relação à queda, foi observado a sua realização com os joelhos estendidos, o que poderia levar a ocasionar lesões. Também foi notório em alguns competidores, a colocação dos braços para trás na queda, o que levou a um prejuízo na marca do salto.

Na caixa de areia não havia bordas, o que causava o deslizamento de areia do centro para as laterais, bem como as distâncias de largura e comprimento que também não eram oficiais, o que poderia acarretar a ultrapassagem da caixa de areia no salto de algum atleta que tivesse uma marca superior a 7m. Também havia pedras misturadas à areia, o que poderia ferir algum atleta, problema parcialmente solucionado pelos árbitros.

Salto em altura

O salto em altura consiste numa sequência de movimentos cujo objetivo é a transposição de um obstáculo ¹², no caso uma barra (“sarrafo”) colocada horizontalmente e apoiada em dois postes (“saltômetros”).

As normas regulamentares são conforme a CBAt⁹:

- “Antes do início da competição, o Árbitro Chefe anunciará aos atletas a altura inicial e as subsequentes para as quais a barra será elevada ao fim de cada fase até que haja somente um atleta ainda competindo que tenha vencido a prova ou haja um empate para primeiro lugar”.
- “A menos que reste somente um atleta e que ele tenha vencido a competição, a barra nunca será elevada em menos de 2cm no Salto em Altura após cada fase”; ;
- “O atleta deve impulsionar-se em um só pé”;
- “Um atleta pode começar a saltar em qualquer altura previamente anunciada pelo Árbitro Chefe e pode saltar, à sua escolha, em qualquer altura subsequente. Três falhas consecutivas, independentemente da altura na qual tais falhas ocorreram, desclassificam o competidor para outros saltos, exceto no caso de um empate no primeiro lugar”.
- “A cada atleta será creditado o melhor de seus resultados, incluindo aqueles conseguidos no desempate do primeiro lugar”;

Na competição, o salto será considerado falho se ocorrer as seguintes situações:

- Após o salto, a barra não permanecer nos suportes devido a ação do atleta enquanto salta;
- Tocar o solo, incluindo a área de queda além da borda mais próxima do plano dos postes, dentro ou fora deles com qualquer parte do seu corpo, sem ter ultrapassado a barra primeiro. Entretanto, se quando ele saltar, o atleta tocar a área de queda com seu pé e, na opinião do árbitro, nenhuma vantagem foi obtida, o salto não será considerado falho por aquela razão;

- Para a primeira tentativa de qualquer atleta, após entrar na competição, o tempo permitido para tal tentativa será de um minuto.

Ao longo da evolução histórica da técnica, observaram-se 5 técnicas para realizar o salto em altura: salto frontal, salto estilo tesoura, rolo costal, rolo ventral e o salto com a técnica *fosbury-flop*.

O salto com a técnica “tesoura”, como é chamado, é relatado com suas primeiras aparições em competições no final do século XIX e consiste em uma corrida quase frontal, impulsão com a perna mais externa e caída com a perna mais interna¹⁷. Posteriormente foi e é utilizado como parte do aquecimento e treinamento de atletas, como também é bastante usado em competições não oficiais, além de ser o estilo muito adotado por crianças e adolescentes em competições.

O salto com a técnica rolo ventral tem já suas aparições em competições no início do século XX e segundo Bravo¹⁷, após a corrida de aproximação, consiste na impulsão com a perna mais interna, transpondo o sarrafo com o tronco na horizontal e caindo sobre a perna de ataque.

Atualmente a forma mais utilizada por atletas de alto nível é a do *fosbury-flop*, técnica consagrada por Dick Fosbury na década de 1960, que consiste passar o sarrafo de costas, após uma corrida em curva e uma impulsão girando em busca desta posição, caindo sobre o dorso.

Para as fases, levaremos em conta a técnica *fosbury-flop*, porém independente da técnica de transposição utilizada pelo atleta, o salto em altura será composto de no mínimo 4 fases: corrida de aproximação ou preparatória, impulsão, voo e queda.

- **Corrida de aproximação ou preparatória:** objetiva aquisição da velocidade horizontal ótima que o saltador seja capaz de controlar no momento de realizar a batida, transformando-a em velocidade vertical¹⁸. A técnica de corrida é similar a utilizada pelos velocistas e consta, em geral, primeiramente de passadas com o trajeto em linha reta, sendo finalizada com um número menor de passadas em linha curva.

- **Impulsão:** É o período de tempo que transcorre desde que o pé de impulsão faz contato com o solo ao começo do último apoio, até o instante que o abandona na decolagem¹⁸.

- **Voo:** A primeira parte do vôo se deve tentar manter o corpo vertical, evitando assim uma inclinação prematura em direção ao sarrafo. Depois que o pé de impulsão abandona o solo, o saltador se desloca para frente, para cima e em rotação, girando para se colocar de costas para o sarrafo. Para a transposição do sarrafo, o atleta realiza uma hiperextensão da coluna cervical levando em corrente cabeça, tronco e membros, na sequência o atleta realiza a flexão da

coluna cervical para abaixar a pélvis, desfazendo o arqueamento do tronco e elevando automaticamente as pernas, fazendo com que as mesmas ultrapassem o sarrafo.

- **Queda:** Segundo Lopez¹⁸, a queda se produz sobre as costas, os braços se apoiam ao lado do corpo e as pernas por sua parte, que descendem separadas e estendidas, se flexionam.

Na 33ª Olimpíada Rural de Arroio do Tigre

A competição iniciou-se em 1,20 metros de altura no naipe masculino, conforme acordado no congresso técnico e elevando-se o sarrafo de 2 em 2 cm. Somente um atleta optou por começar a saltar posteriormente a 1,20 metros. Todos os atletas ultrapasaram com facilidade a primeira altura e as alturas subsequentes, até aproximadamente 1,30 metros. Como eram 17 competidores, este número exacerbado culminou em uma grande demora na realização da prova, pois para uma elevação total de 10 cm, os atletas saltaram 6 vezes ao invés de 3, caso da elevação oficial (5cm).

Para o naipe feminino a competição iniciou-se em 1,00 metros, também com elevações de 2cm em 2cm a cada nova altura. Nesta prova nenhuma atleta começou a saltar posteriormente, sendo que as atletas também ultrapasaram facilmente as primeiras alturas e subsequentes. Porém, a prova feminina não alcançou um tempo elevado, ao ultrapassar 1,10 metros, várias atletas começaram a cometer *fouls* sendo eliminadas da competição.

Além da demora, a excessiva repetição de saltos com uma elevação mínima do sarrafo, pode ter ocasionado um desgaste prematuro dos atletas nos napes feminino e masculino, influenciando no seu rendimento máximo possível, principalmente pelos atletas que chegaram as alturas finais da competição (próximo a 1,60m, masculino).

Por ser uma modalidade com grande exigência técnica específica para uma execução correta de um salto completo, o salto em altura foi a prova que mais nos chamou a atenção, devido as diferentes manifestações de execução no evento Olimpíada de Arroio do Tigre.

Na primeira fase, a corrida de aproximação, esta foi realizada em uma parte do campo de futebol, sendo livre a distância adotada pelo atleta para adquirir velocidade. Verificou-se inicialmente que os atletas que saltavam com técnica *Forbury-Flop*, não seguiam uma padronização para constituir sua aproximação, alguns a realização de forma diagonal, outros em reta e alguns poucos realizavam de forma mais aproximada a técnica usual (reta seguida de curva).

Constatou-se também uma corrida de aproximação longa, desproporcional à velocidade do atleta, o que causa perda de velocidade para o salto propriamente dito.

Observou-se que os atletas não efetuavam aferição de marca, para que se impulsionassem no local apropriado para uma boa execução do salto propriamente dito.

Na fase de impulsão os problemas estavam interligados com a corrida de aproximação, de forma que os atletas faziam ajustes em sua corrida para impulsionar em um local apropriado para que a queda não acontecesse fora da área de queda. Muitos dos atletas, devido a uma aproximação paralela ao sarrafo, acabavam se impulsionando muito próximo ao sarrafo e por vezes derrubavam-o, dessa forma, também deixavam de aproveitar a velocidade horizontal adquirida para transposição do sarrafo. Neste sentido, o movimento feito na impulsão deveria construir uma velocidade vertical e também horizontal, para o êxito no salto.

Na fase de voo, observou-se que vários atletas buscavam se aproximar da técnica *fosbury-flop*, porém apresentavam algumas dificuldades: manter-se verticalmente ao sair do solo, girar no ar e colocar-se de costas ao local de queda e a utilização da hiperextensão da coluna cervical “ocasionando o arqueamento do atleta”¹⁸. Em outros casos, depois que a cabeça e o tronco haviam descido, os saltadores não realizavam o movimento de desfazer o movimento de arqueamento, o que ocasionava a derrubada do sarrafo com as pernas.

Os principais problemas na fase de queda aconteciam relacionados às fases anteriores, como exemplo: a impulsão realizada ao centro do sarrafo ocasionando a queda próxima ao final do local de queda. Este erro está relacionado, a não confecção da marca da corrida de aproximação, que acaba modificando o local de impulsão do atleta. Além disso, muitas vezes, a queda não era realizada sobre as costas, erro ocasionado pelo pouca rotação gerada após a impulsão na fase de vôo.

Discussão:

Proposições de Intervenções para o Atletismo da Olimpíada Rural de Arroio do Tigre

Neste momento pretendemos apresentar propostas para futuras intervenções e suas respectivas contribuições para cada prova atlética que integra o cronograma da Olimpíada Rural de Arroio do Tigre. Esta proposição subdivide-se em dois aspectos: a realização de cada prova e as correções técnicas necessárias para melhorar o rendimento dos atletas.

100 metros rasos

Para a prova clássica, 100 metros rasos, ressaltamos inicialmente que seja aferido e adequado no regulamento a distância real percorrida na prova, que é aproximadamente de 80 metros. Também consideramos necessária a adequação da largura das raias para 1,25m, pois

no mesmo espaço que foi utilizado as 4 raias de $\pm 2m$, poderiam haver 6 raias de tamanho regulamentar.

Essa proposta se insere em uma modificação no local de saída e chegada da prova, sentido horário para anti-horário. Tendo como orientação as arquibancadas do estádio, a saída se situará a esquerda e a chegada a direita, bem próximo do que é tradicionalmente executado em competições realizadas em pista. Em relação a chegada, torna-se dispensável a utilização da faixa, devido as questões citadas no item 4.1.1.

Em relação aos aspectos técnicos, ressaltamos que se necessita de uma intervenção pedagógica realizada pelo Centro de Educação Física e Desportos – CEFD/UFSM para ensino e correções dos seguintes fundamentos relacionados à corrida:

- Realizar a saída com o corpo mais inclinado a frente, bem como percorrer os primeiros metros da mesma forma.
- Realizar o percurso olhando a frente, exceto na saída e primeiros metros.
- Realizar o movimento dos membros superiores sem cruzar a linha média do corpo, como também não realizar exagerada flexo-extensão na articulação do cotovelo.
- Não oscilar o tronco.
- Realizar o ciclo da passada com maior flexão dos quadris, possibilitando maior elevação do joelho e conseqüentemente ampliando o tamanho da passada.
- Para a fase de apoio, chegar com a parte dianteira externa do pé.

Revezamento de velocidade

Para a realização do revezamento de velocidade a proposta é o percurso de forma oval. Esta providência contribuiria para que a prova seja de fato um revezamento, com as passagens sendo realizadas de forma convencional, com atletas correndo no mesmo sentido.

Para o revezamento de velocidade as correções dos aspectos técnicos da corrida dos atletas e a utilização da faixa são as já relacionadas nos 100 metros rasos, acrescentado as formas de passagem do bastão, que mudariam em virtude da medida relatada acima. Seria aconselhada a adoção da passagem não visual descendente, pois apresenta maior facilidade na aprendizagem.

800 metros rasos

Na prova de 800 metros, salientamos que posteriormente aferimos a distância da prova realizada no dia, sendo percorrida uma distância próxima de 800 metros rasos. Porém, se considerarmos que no regulamento fornecido pelo site da AJURATI⁴ consta a prova de 1500

metros rasos, necessitar-se-ia, ao invés de 3 voltas no campo, 5,5 voltas para completar o percurso de 1500 metros.

Para a chegada, torna-se dispensável a construção do funil de chegada e a mesma ser realizada ao centro do campo. Aconselha-se que tendo como orientação as arquibancadas do estádio, fazer a chegada à direita, bem próximo do que é tradicionalmente executado em competições realizada em pista.

Sobre a tática de corrida utilizada pelos atletas, em uma futura intervenção, deverá ser enfatizado que os mesmos realizem sua corrida com melhor distribuição de esforço, ou seja, sem grandes variações de velocidade (acelerar demasiado no início principalmente). Esta forma fará com que eles realizem sua corrida de uma forma mais econômica que possibilitará melhor rendimento dos atletas, poupando energia para um *sprint* final, caso seja necessário.

Salto em distância

No salto em distância, para a realização da prova propomos primeiramente que a tábua seja fixada no solo, de forma a possibilitar uma impulsão mais precisa e eficiente. Para a realização da corrida de aproximação, considera-se necessário que seja feito um corredor com proteções laterais, objetivando impedir que os espectadores atrapalhem os atletas ao realizarem sua corrida.

Outro ponto que necessita de modificações é a caixa de areia, esta mesma, sendo aumentada em comprimento para que ao executarem os saltos, os atletas não realizem sua queda fora da caixa de areia. Importantíssimo que no local onde for depositada a areia constituinte da caixa, sejam retiradas as pedras para não haver riscos de lesões aos atletas.

Na intervenção técnica, os principais fatores determinantes para a limitação na distância alcançada encontravam-se na corrida de aproximação. Ao realizá-la, a maioria dos atletas percorria uma distância bem maior que a necessária para atingir sua velocidade ótima para o salto. Outra questão relacionada à corrida era que a maioria dos atletas, ao se aproximarem da tábua, reduziam a amplitude de suas passadas, a fim de acertar a tábua de impulsão.

Uma possibilidade para evita-se o “sapateio” é a confecção da marca do local de saída para realizar a corrida de aproximação. Nesse sentido, a intervenção pedagógica deve orientar as atletas a construir uma corrida de aproximação progressiva, com a distância exata para produzir a aceleração necessária para um bom salto.

Através desta intervenção, poderíamos melhorar o rendimento dos atletas através de orientações para as fases seguintes do salto em distância, no caso impulsão, voo e queda. Para

a impulsão, com a tábua fixada no solo, deve ser realizada de maneira ativa e sem estar olhando para ela antecipadamente.

Para as fases de voo e queda, seria necessário que no momento do voo os atletas evitassem olhar para o local de queda, bem como, na queda, é importante que tentem flexionar as articulações do tornozelo, joelho e quadris.

Salto em Altura

De grande exigência técnica, para a prova de salto em altura apresenta-se a intervenção como uma necessidade imediata para a segurança dos atletas. Embora não tenham ocorrido acidentes, várias possíveis ocorrências foram evitadas pelas intervenções da arbitragem realizada pelos integrantes PET/CEFD/UFSM. Os árbitros moviam a área de queda para a direita quando os atletas realizavam a corrida de aproximação pelo lado esquerdo do sarrafo e quando a corrida de aproximação era realizada pela direita, a área de queda era movida pela esquerda.

Todo o trabalho realizado pelos árbitros foi necessário porque os atletas realizavam a corrida de aproximação *de um “ponto qualquer”*, ocasionando modificações na distância do local de impulsão, este, sendo realizado muito ao centro do sarrafo, alterando o voo e o local da queda. Nesse sentido, a intervenção técnica para ambos os naipes está relacionada em desenvolver meios para que os atletas compreendam a importância da corrida de aproximação ser iniciada sempre do local aferido, evitando assim o trabalho em dobro dos árbitros.

Nas fases de voo e queda, o trabalho técnico poderia ocasionar em um maior rendimento no salto realizado pelos atletas do naipe masculino, através do movimento das articulações da coluna cervical, ocasionando a elevação da pélvis, possibilitando contornar o sarrafo alguns centímetros a mais. Para o naipe feminino, o trabalho técnico seria mais abrangente, pois as mulheres realizavam o salto através da técnica tesoura. Nesse sentido, o trabalho seria desde o ensino da técnica do salto *Fosbury-Flop*, como: perder o medo de cair de costas; cair com as escápulas no colchão, realizar o movimento extensão da coluna cervical e elevação da pélvis.

Em relação à realização da prova, como apontamos na discussão dos resultados, ressaltamos que a elevação do sarrafo seja de 5 em 5 cm até o momento em que restarem 5 atletas finalistas. Esta modificação trará consequências benéficas para a competição pois possibilitará a obtenção de melhores marcas. Também se torna necessária a explicação da regra que permite aos atletas de rendimento significativo dar início aos saltos em alturas

superiores à inicial, ou seja, exercitar o direito de “passar” (não saltar) alturas fáceis para eles, o que lhes permitirá reduzir a fadiga e assim alcançar melhores marcas.

Considerações Finais

Este estudo é fruto de necessidades da sociedade, diante de limitações para realizar a arbitragem das provas atléticas que integram o cronograma do evento em questão. A proposta busca a intervenção técnica, assim como, desenvolver modificações na realização das provas no sentido de tornar o evento mais dinâmico, atrativo e competitivo.

Ressaltamos também a importância do trabalho dos projetos de extensão, síntese da produção deste trabalho, bem como a articulação entre o grupo de pesquisa PET e o trabalho que vem sendo desenvolvido na área do atletismo/UFSM. Uma primeira aproximação entre o ensino do atletismo regulamentar e o atletismo rural. Este trabalho objetiva aperfeiçoar os aspectos técnicos dos atletas da comunidade de Arroio do Tigre: técnica das corridas, formas de transmissão do bastão nos revezamentos de velocidade, distribuição de esforço na corrida de fundo, técnica do salto em distância e salto em altura.

Em relação à forma organizacional da competição, principalmente nos aspectos de realização das provas, as intervenções necessárias situam-se em: construção das raias na forma circular para a prova de revezamento, escalonadas considerando o tamanho do raio, tábua de impulsão para a prova de salto em distância, elevação do sarrafo no salto em altura e retirada da faixa de chegada nas corridas.

As propostas serão apresentadas a AJURATI como o intuito de reorganizar a olimpíada rural nos anos seguintes. Salienta-se que este pode ser utilizado para a democratização do atletismo, com o intuito de dar aporte a realização de eventos onde há carência de normas regulamentares e de conhecimento técnico para sua prática.

Considerando os aspectos técnicos, este trabalho apresenta instruções claras para o pleno desenvolvimento do atletismo nas escolas e clubes da região. Apresenta orientações gerais para as provas realizadas no evento que podem ser dimensionadas a novos espaços culturais enquanto saúde e qualidade vida.

Essa produção de conhecimento demonstra que a universidade não deve simplesmente atender a realização de um evento, mas, dar continuidade ao trabalho através da produção do conhecimento/pesquisa. Em seguida aplicar as intervenções necessárias em forma de extensão, a fim de contribuir na realização das próximas edições do evento, sem perder suas características, tornando este evento um eixo de estudo para nós junto ao atletismo. Esta

articulação possibilita o desenvolvimento cultural da sociedade, apropriação do conhecimento, como também viabiliza o crescimento da universidade como instituição formadora de profissionais da área.

Referências

- 1 DICKENS FW. **Manual técnico de atletismo**. Buenos Aires; Bell, 1946.
- 2 ODA M. **Atletismo**. Tradução: Ming-Yao Wang – Publicaciones Del Comité Olímpico Español – 2ª Ed. Madrid, 1996, p. 13.
- 3 ORO U. **Enfoques pedagógicos da iniciação ao atletismo**. In.: ORO U. Antologia do atletismo: metodologia para iniciação em escolas e clubes. 1ª Ed. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico S/A, 1984.
- 4 RIO GRANDE DO SUL. AJURATI. História. http://ajurati.com.br/portal/?page_id=18. Acessado em 12/11/2017.
- 6 GODOY AS. Pesquisa qualitativa: Tipos Fundamentais. **Revista de Administração de Empresas**. São Paulo, v. 35, n.3, 1995.
- 7 GIL AC. **Métodos e técnicas da pesquisa social**. 5º ed. São Paulo. Editora Atlas, 1999, 43 e 65.
- 8 REDIM E. O Jovem Rural Conquistando o Seu Espaço: Um [re]olhar sobre as Questões Sociais. **Revista Brasileira de Agroecologia**, Santa Maria, v. 4, n. 2, 2009.
- 9 CBAAt - CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. **Regras Oficiais de Competição 2012-2013 IAAF**. Versão Oficial Brasileira. 2012.
- 10 SANT JR. **Metodología y técnicas de Atletismo**. Ed. Paidotribo, 2005.
- 11 PASCUA M. **Carreras de Velocidad**. IN. Atletismo 1: Carreras. Org. Julio Bravo. Editado por; Real Federación Española de Atletismo, 2 ed. 1994.
- 12 SCHMOLINSKY G. **Atletismo**. Lisboa: Estampa, 1982.
- 13 ZAPOROZHANOV V; SIRENKO V; YUSHKO, B. **La Carrera Atlética**. Espanha: Paidotribo, 1992.
- 14 MATTHIESEN SQ. **Atletismo se aprende na escola**. Ed. Física, Esporte, Saúde, 2005.
- 15 BALLESTEROS J M. **Carreras de médio fondo y fondo**. In.: Atletismo 1: Carreras. Org. BRAVO J. Real Federación Española de Atletismo, 2ª ed. 1994.
- 16 SEIRUL-LO F. **Atletismo II – saltos**. Spain: Comitê Olímpico Español, 1992.
- 17 BRAVO,J. **Atletismo II – Saltos**. Madrid: Comitê Olímpico Español, 1992.
- 18 LÓPEZ, F.; RUF, H.; SEIRULLO, F. In.: BRAVO, J. **Atletismo II Saltos**. Comité Olímpico Español. Madrid, España 1992.